

## Edukacja polonistyczna

Wczoraj uczyliśmy się pisać opowiadanie. Przypomnijcie sobie z jakich części się składa. Dziś sami napiszecie pracę pisemną. **Proszę abyście w zeszytach napisali opowiadanie związane z przerwą świąteczną.** Może być to przygoda jaka się Wam wydarzyła, jak spędziliście jeden dzień lub zupełnie coś innego co macie ochotę opowiedzieć.

Zanim zabierzecie się do pisania opowiedzcie historię ustnie. Nie zapomnijcie podzielić jej na części:

Na samym początku wymyśl **tytuł** opowiadania np. *Poniedziałkowa przygoda*

1. Kiedy i gdzie się to działo? (wstęp) np. *W poniedziałek wielkanocny wstałam wcześniej rano. W moim pokoju obok łóżka miałam ukryte jajko z wodą.*

2. Co się wydarzyło? (rozwińcie) np. *Powoli skradałam się przez swój pokój. Nie chciałam by ktoś się obudził i odkrył mój plan. Cicho wyszłam na korytarz i zbliżałam się do pokoju mojego brata. Podeszłam i oblałam go wodą. Brat zaczął bardzo głośno krzyżeć i po chwili wszyscy domownicy znaleźli się obok mnie.*

3. Jak to się skończyło? (zakończenie) np. *Na szczęście mój brat wiedział, że dziś jest śmigus-dyngus i nie gniewał się na mnie. Niestety podczas śniadania odplacił mi się tym samym i polał mnie mocno wodą. To był bardzo wesoły poranek.*

Opowiadanie będzie wyglądało bardzo ładnie jeśli każdą część zaczniemy od **akapitu.**

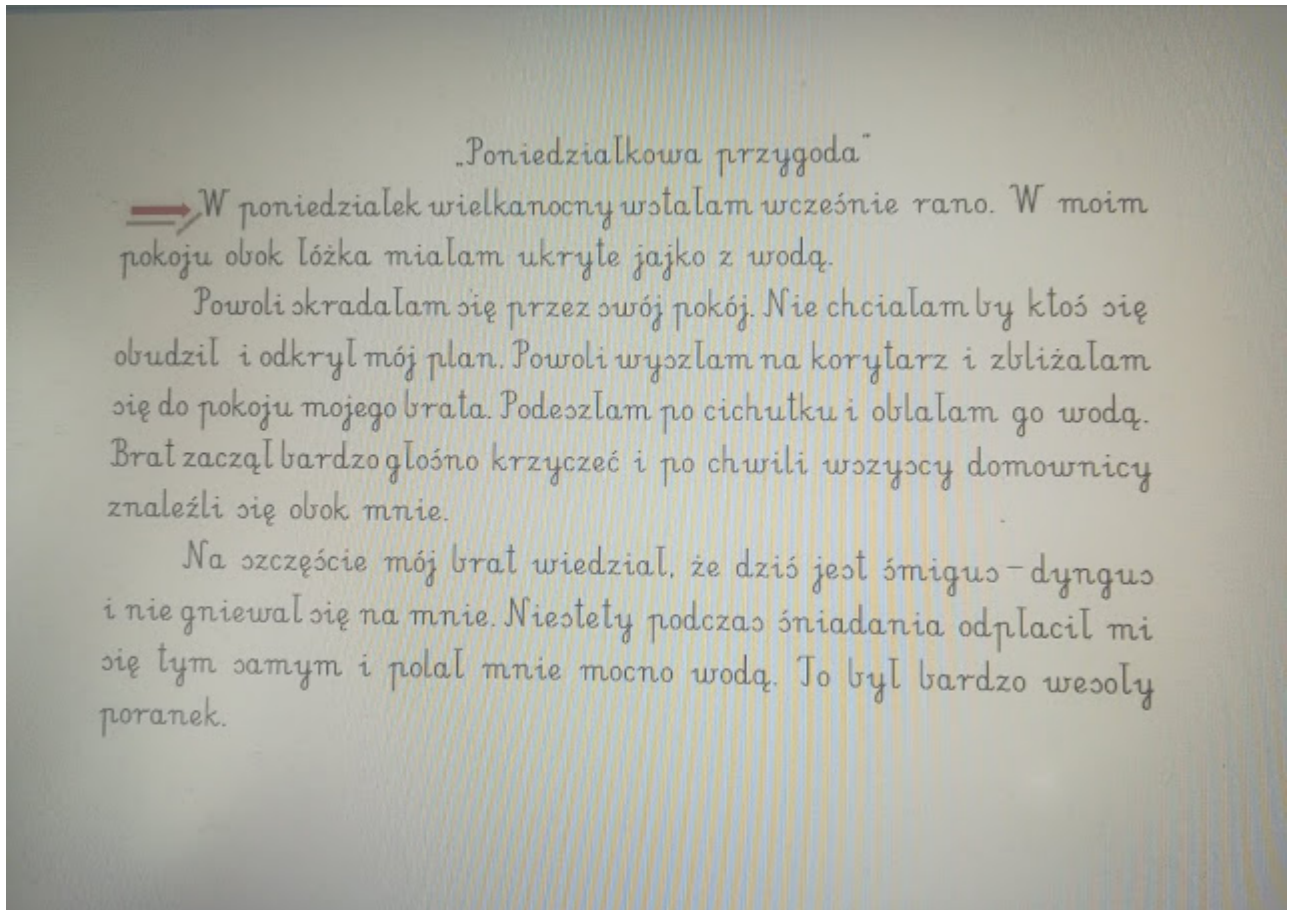
Zapisz w zeszycie:

Lekcja, data, Temat: Piszę opowiadanie.

Przepisz do zeszytu:

**Akapit** to wcięcie w tekście. Każdą część opowiadania piszemy w nowej linii, zostawiając akapit.

Spójrzcie na opowiadanie poniżej, czerwoną strzałką zaznaczyłam akapit. W tekście znajdują się jeszcze dwa. Poszukajcie ich.



**Teraz napiszcie własne opowiadanie dotyczące przerwy świątecznej. Czekam na nie do PONIEDZIAŁKU.**

Dla ułatwienia Waszej pracy zamieszczam elementy opowiadania na które należy zwrócić uwagę. Kiedy napiszecie już swoją pracę, sprawdźcie czy wszystko jest zgodne z

**Na co będę zwracać uwagę:**

1. Piszesz zgodnie z tematem

2. Pamiętaj o tytule
3. Treść liczy nie mniej niż 5 zdań
4. Uwzględniasz: wstęp, rozwinięcie i zakończenie.
5. Stosujesz 3 akapity
6. Zwracasz uwagę na poprawność ortograficzną oraz znaki interpunkcyjne. Zapisujesz litery w odpowiednim miejscu liniatury.

Dziś jeszcze zastanowimy się nad złością. Czym jest i czy jest nam potrzebna.

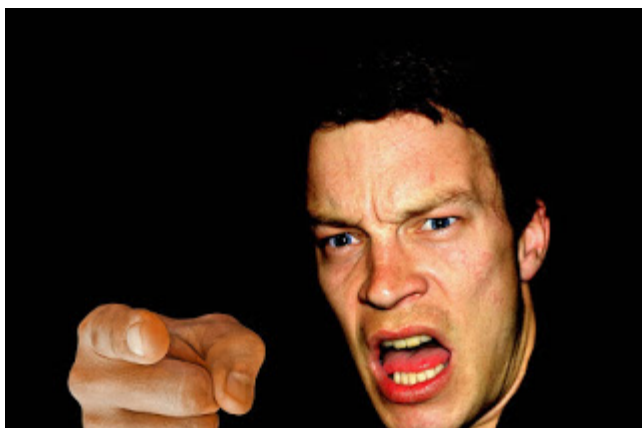
Zapraszam Was do obejrzenia filmu.

<https://youtu.be/beenqSbMZoY>

Wiecie już trochę na temat złości. Czy wiecie jednak jak złość wygląda? Podejdźcie do lustra i zróbcie minę jaką zawsze macie w sytuacji kiedy coś Was rozzłości.

Popatrzcie na zdjęcia i zastanówcie się co mogło rozzłościć osoby na zdjęciach. Co mogło spowodować pojawienie się takiej emocji?





**Spróbujcie odpowiedzieć na pytania:**

Jak myślicie, co zdarzyło się wcześniej?

Co rozzłościło osoby na zdjęciu?

Jak bardzo się one złością?

Czy przypominacie sobie podobne sytuacje?

Jak się w nich czujecie?

Kiedy wy się najczęściej złościście?

Czy dzieci złością się w podobnych sytuacjach jak rodzice?

Po czym poznajemy, że ktoś się złości? (sygnały płynące z ciała, myśli, mowy, zachowania).

- **Narysuj swoją złość** - wyobraź sobie sytuacje które najczęściej wywołują u ciebie złość. Narysuj je. Nie spiesz się, dobieraj kolory. Popatrz na rysunek i pomnij go, porozdzieraj na kawałeczki i wyrzuć. Głęboko odetchnij.

Jak Ty radzisz sobie ze złością? Może kiedy będzie taka potrzeba skorzystasz z poniższych metod. Wypróbuj je teraz.

### **Sport**

1. Spójrz na zegarek i przez minutę podskakuj szybko w miejscu - licz ile razy udało Ci się podskoczyć
2. Bieg w miejscu - przez minutę biegnij jak najszybciej potrafisz.
3. Przez minutę wykonuj pajacyki w szybkim tempie

4. Teraz zmieniamy szybkość :) Stań na jednej nodze a dłonie spleć przed sobą- staraj się utrzymać równowagę jak najdłużej potrafisz, to samo zrób stojąc na drugiej nodze.

### Oddech

1. Połóż się na podłodze a na brzuchu połóż misia lub małą poduszeczkę - staraj się wciągać powietrze nosem a wypuszczać ustami. Spójrz na misia i oddychaj w taki sposób aby podnosił się coraz wyżej.

### Zabawy

Pobaw się w "kukiełkę i robota" . Napnij wszystkie mięśnie, wyobraź sobie, że jesteś robotem, wytrzymaj tak przez 10/15 s. Rozluźnij wszystkie mięśnie, wyobraź sobie, że jesteś szmacianą lalką, wytrzymaj tak przez 15 s. Powtórz zabawę kilka razy.

### Aby pozbyć się złości możesz także

pobawić się ze swoim zwierzakiem  
posłuchać ulubionej muzyki  
zgniać piłeczkę lub plastelinę  
porozmawiać z kimś przyjaznym  
odliczać od 10 do 1

To wszystko na dziś! Miłego weekendu Wam życzę!

p. Agata